

उतावली न करें उद्विग्न न हों

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

इस जलदबाजी से क्या फायदा—

आतुरता और अधीरता की सुपई मनुष्य को बुरी तरह परेशान करती है। प्रायः हमें हर बात में बहुत जल्दी रहती है, जिस कार्य में जितना समय एवं श्रम लगना आवश्यक है उतना वहीं लगाना चाहते, अभीष्ट आकांक्षा की सफलता तुरंत प्राप्त होना चाहते हैं। बरगद का पेड़ उगने से लेकर फलने-फूलने की स्थिति में पहुँचने के लिये कुछ समय चाहता है पर हमेशा पर सरसों जमी बोलने वाले मानकों को इसके लिये रीढ़ कहाँ ? यह आतुरता की बीमारी जन-समाज के मस्तिष्कों में बुरी तरह प्रवेश कर गई है और लोग अपनी आकांक्षाओं की पूर्ति के लिए ऐसा रास्ता ढूँढ़ना चाहते हैं जिससे आवश्यक प्रयत्न न करना पड़े और जादू की तरह उनकी मनीकामना तुरन्त पूरी हो जाय।

राजमार्ग छोड़ कर नोक पमवण्डी तयोज करते हैं, कलस्वल्प के काँटों में भटक जाते हैं ? हमेशा पर सरसों जम तो जाती है पर उस सरसों का तेल डिब्बे में कोई नहीं भर पाया। बालीवर रेत का खपवा बनाते हैं पर उग लक्ष्मी से जायदाद नहीं सारीव पाते। कामज का बहुत खड़ा तो किया जा सकता है पर उसमें निवास करते हुए जिन्दगी काट सेने की इच्छा कीमती पूरी कर पाता है ? रेत की प्रीवार कितने दिन ठहरती है ?

तुल्य-प्रान्ति के समय तक धर्म और सदाचार के राजमार्ग पर चलते हुए पहुँच सकता ही सम्भव है। यह रास्ता इतना सीधा है कि इसमें शार्टकट की—पगदण्डी की—गुण्कायश नहीं छोड़ी गई। हमारे तत्त्वकर्त्ता पूर्व पुरुषों ने मानव जीवन की सफलता, सद्गति, प्रगति और प्रान्ति से परिपूर्ण कर देने वाला जो मार्ग सबसे सरल पाया, उसी राज पथ का मगध धर्म एवं सदाचार

रखा। इस मार्ग के हर भील पर अविकाधिक प्रयुक्तता भरा वातावरण मिलता जाता है।

सुख समृद्धि के लिए जैवपूर्वक सदाचरण के मार्ग पर चलते रहना और अपने में जो दुर्बलताएँ हैं उन्हें एक-एक करके हटाते चलना वही तरीका सही है। इस सुनिश्चित पद्धति को छोड़कर खीर खोस बहुत जल्दी-अत्यधिक प्राप्त करने की चेष्टा करते हैं और जो कुछ उनके पास था उसे भी गँवा बैठते हैं। जल्दी ही बहुत धन कमा लेने और आर्थिक स्थिति सुधार लेने की कामना से प्रेरित होकर खोस चोरी, बेईमानी, ठगी, निस्वासपात, रिश्वत जैसे अनुपयुक्त मानों को अपनते हैं। वे सोचते हैं सीधे मार्ग से बहुत जल्दी धन सम्भव करना न होगा इसलिये अनीति के मार्ग पर चलते हुए जल्दी ही प्रकृत धन पयों न कमा लिया जाय ? ऐसा समझा है वह तर्क आज अधिकांश लोगों को पसन्द आ गया है और वे किसी भी प्रकार जल्दी से जल्दी मनमाना धन प्राप्त करने के लिये धर्म और सदाचार के सारे आधारों को सिजाखजि देकर अनीति भी कमाई करने में लगे हुए हैं। व्यापार के बारे में यहाँ तक कहा जाने लगा है कि वह बिना झूठ और बेईमानी के चल ही नहीं सकता। रिश्वतखोरी एक आम बात बनी हुई है। मजदूर अपने कर्तव्य को दूर न करके श्रम और समय की चोरी करते हैं। धर्म के नाम पर जो पातक्य और ठग बिछा चलती है उससे कौन अपरिचित है ? इन कुप्रवृत्तियों के मूल में यही धारणा काम कर रही है कि सदाचार नहीं, अनीति हमारे लिए अधिक लाभदायक है। जल्दी से जल्दी लाभ ही सकता है।

किन्तु यह बात सच कहाँ है ? अनीति की प्रवृत्ति के व्यापक रूप में फैल जाने पर प्रत्येक चोर भी अन्य चोरों द्वारा ठगा और सताया जाता है। एक व्यक्ति दूध में खानी मिलाकर अधिक पैसे कमा लेता है। जब उसका बच्चा बीमार पड़ता है तो उसकी मामूली-सी बीमारी को बहुत बड़ी बताकर डाक्टर डराता है और इलाज में मनमाने दवाइयें बख़ूब करता है। फिर उस डाक्टर को चैन कहाँ ? बाजार में अपनी दवाइयों के लिए खेद खरीदने जाता है

तो आधी पीतल मिटा हुआ सोना उसके हाथ में बसा दिया जाता है। वह स्वर्णकार, इनकम टैक्स के अधिकारी द्वारा निचोड़ा जाता है और फिर 'ऐन्टीकॉरप्शन' नामे उस अधिकारी का भी लेख निकाल लेते हैं। वह सिलसिला चलते-चलते अन्ततः बनीति की कमाई करने बना हुआ व्यक्ति का भी हाथ रह जाता है। बाकू अक्सर बहुत कम पोटकर ले जाते हैं पर जहाँ थोड़ी का माल बेचते हैं वह भाड़े जैसे भी नहीं बचाता। कारतूत और बन्दूकों खरीदने में, भूके जिन्ने आस पदार्थें संधाने में कई गुने राय उन्हें भी देने पड़ते हैं। इन प्रकार बहुत कमाई करने पर भी अन्ततः वे सासी हाथ ही रह जाते हैं और गरीबी तथा परेशानी ही पक्षी बँधी रहती है। किसी भीर-डाकू के महान बँबड़े खड़े होने कहीं देखे जाते हैं ?

शरीर को सज्जान बनाने के भिये लीज आहार-विहार का संयम रखने, दिनचर्या और भयभीतता पर ध्यान देने, ब्रह्मचर्य से रहने आदि अमरवक नियमों का पालन करने के राज-मार्ग पर चलने की अपेक्षा टागिक पीने कुबले जाने और मौत, मजली अथवे निगलने की पगदण्डी डुकले हैं। पर भया किसी को इन लोटे रास्तों पर चलते हुए स्वास्थ्य सुधारने का जवसर मिला है ? थोड़ी देर के लिए यह तरीके कुछ नाथ दिखाने सकते हैं पर अन्ततः जीवनी बलिता लाश करके वाले इन टागिकों से अनेक बीमारियों के चंगुल में फँसता पड़ता है और अकाल मृत्यु असमय ही सामने आ लगी होती है।

मन की प्रसन्नता के लिए शोभ विषय वासनाओं पर ऐसे टूटते हैं जैसे मछली-आटा लगे हुए कटि की लोंक को निगलती है। कहा जाता है कि सबसे मन की प्रसन्नता और स्फूर्ति बढ़े। चाय, सिगरेट, शराब, भोग, राँका आदि पीने वाले मपनी बरत के सम्बन्ध में सही बात कहते हैं। अधिचारी, वेधायामी और घृणित तरीकों से अपना जीवन तत्त्व निचोड़ने रहने वाले व्यक्ति भी अपनी कुटेजों का समर्थन इसी आधार पर करते हैं। सिनेमा, ताण, फलरञ्ज आदि व्यसनों के बारे में भी ऐसा ही कुछ कहा जाता है। हो सकता है कि तत्काल कुछ देर के लिए इन कुटेजों-व्यसनों में फँसे हुए लोगों को कुछ

प्रसन्नता मिलती हो । पर धीरे-धीरे उनका मन, चमर, स्वास्थ्य और चरित्र गिरता है । उनकी स्थिति चिम-हिम सोखनी होती जाती है ।

सम्मान प्राप्त करने के लिये लोग उच्छ्रित तरीके काम में लाते हैं । विवाह शादियों में शादी कमाई के महत्त्वपूर्ण पैरों की होती है इसलिए जमाई जाती है कि देखने वाले हमें अभीर समझें और अभीरों को जो सम्मान मिलता है वह हमें भी मिले । दहेज की हथारी कुपथा के पीछे आर्थिक कमाई का भाव उतना नहीं होता जितना कि अपनी नाक ऊँची करने का । सोचा जाता है कि जिसे जितना अधिक दहेज मिलेगा वह उतना ही बड़ा आदमी समझा जायगा । नेता बनने के लिए चुनाव में जीतने के लिए लोग बीसे-बीसे घुणित हथकण्डे काम में लाते हैं ? इसके मूल में यही प्रवृत्ति काम कर रही होती है कि हमारा व्यक्तित्व लोगों की आँखों में चमके । बसबारा में सूठी नामवरी कपड़ाने के लिये लोह कितने आसुर रहते हैं । सोचने की बात है कि क्या कभी इन हथकण्डों के किसी को स्थायी कीर्ति मिली है ? भीतरी महानद्या की बढ़ाये बिना क्या कभी कोई व्यक्ति स्थायी सम्मान का अधिकारी बन सका है ?

पर्यन्तकर्म करके या अन्य बुरे तरीकों को अपना कर कई लोग परीक्षा में उत्तीर्ण हो रहे हैं, पर उन्हें विद्या के प्राप्त होने वाली योग्यता कहीं मिलती है ? स्त्री, बच्चे और कर्मचारियों को दरा धमकाकर या उनकी पञ्चदूरियों से नाश डठाकर उन्हें अपना बसवर्ती रखा जा सकता है, पर हृदय को जीत सकता जितना नाराज-स्वार्थ के, बिना सच्चे प्रेम के एवं बिना भीमत्व के कहीं उपलब्ध होता है ? अनुचित सहायता से कई लोग उच्च पदों पर आ पहुँचते हैं पर उस पद की शोभा और सफलता उन कुपथों के द्वारा कहीं बन पाती है ? सत्पात्रता का ही सदा महत्त्व रहा है और जाने भी रहेगा । जालसाजी के माध्यम पर मिली हुई सफलताएँ कितने दिव ठहरती हैं, और उनसे क्या कोई प्रयोजन सिद्ध होता है ?

आत्म-कल्याण के लिए स्वयं और भुक्ति की प्राप्ति के लिए यह अनिवार्य है कि हम अपने कुचिचारों और कुकर्मों को समाप्त करें, सहृदयता,

प्रेम, सेवा और उदारता की भावनाओं का विकास करें। पर सस्ते तरीके कुँड़ने वाले इस संसार में न बचकर किन्हीं तीर्थ-यात्रा, वेद-पठन, ब्रह्मघोष कथा-वार्ता या ऐसे ही किन्हीं छोटे-मोटे कर्मकाण्डों को पवित्र मान बैठते हैं। उनकी यह आत्मवैभवा कभी सार्थक भी हो सकेगी इसमें पूरा-पूरा संदेह है। भुक्ति का सीधा रास्ता है—बाधनाओं और दुष्भावों के बन्धनों से छुटकारा प्राप्त करना। आत्म-विश्रान्त, आत्म-मनन, आत्म निरीक्षण, आत्म-सुधार, आत्म-निर्माण और आत्म-विकास की सीढ़ियों पर चढ़े बिना ही क्या किसी का आत्म-विकास के लक्ष्य तक पहुँच सकना सम्भव है? पर अस्वभाव लोग कुछ थोड़ा-सा पूजा, पाठ, दर्शन, श्राद्ध, दान—यदिना माय का रास्ता आश्रय लेकर अन्धी ही स्वर्ग भुक्ति प्राप्त कर लेना चाहते हैं। इन बेचारों को जसा क्या कुछ हाथ लगता होगा?

उन्नति और सफलता के लिए हर व्यक्ति बुरी तरह लालापित रहता है उसको अभीष्ट मार्ग में इच्छित सफलता सुत-मुत नहीं मिल जाती तो अत्यन्त निराश भी हो जाता है। जैसे-जैसे काम आरम्भ करते हैं और सफलता में देर लगती देखकर उसे छोड़ बैठते हैं और फिर नया काम शुरू करते हैं। इस प्रकार अपना धन, समय और श्रम बर्बाद करते रहते हैं। लोगों में आरम्भिक जोश बहुत होता है पर वे निराश भी उतनी ही जल्दी हो जाते हैं। जन्म-मरण की, साधु-सन्तों के आशीर्वाद की, देवताओं के वरदान की भी ऐसे ही लोग बहुत तलाश करते हैं ताकि अस्व-से-स्व स्वका मनोरथ पूरा हो जाय।

हमें जानना चाहिये कि हर वस्तु समयवाच्य है और समयवाच्य भी। कोई बात ऐसा नहीं जिसमें स्काबटें और बाधाएँ न हों। उन्हें हटाने के लिए प्रयत्न भी करना पड़ता है और संश्लेषक प्रतीक्षा भी। आज नहीं तो कल, कल नहीं तो परसों, पश्चिमी और पुरुषार्थी को तो सफलता मिलती ही है और यदि न भी मिले तो उसकी प्रतिष्ठा और श्रमता तो बढ़ती रहती है। प्रयत्नशीलता से, पुरुषार्थ से, अध्यवसाय से, व्यक्तिजन विचरता है और उसके आधार पर प्रगति की ऊँची मंजिल पर वह तकना सम्भव हो जाता है।

धैर्य और दूरदर्शिता हमें अपनानी चाहिए । सफलता और प्रगति के पथ पर बढ़ते हुए यह ध्यान रखना चाहिए कि हमारा पूरा ध्यान अपने पुत्रार्थ पर रहे । फल कब मिलेगा ? कितना मिलेगा ? कैसा मिलेगा ? इसका कुछ विवेचन नहीं । यह सब परिस्थितियों पर निर्भर है । छोटे काम में भी बहुत देर लग सकती है और बड़े काम भी संयोजन से अल्पी हो सकते हैं । मनुष्य के हाथ में उसका प्रयत्न ही ईश्वर ने दिया है और फल का विधान अपने हाथ में रखा है । हमें अपना काम करना चाहिए और ईश्वर का काम उसे करना चाहिये । ईश्वर के काय पर हम कब्जा करें और अपना कर्त्तव्य ईश्वर से पासन कराने की इच्छा करें तो यह अव्यक्तिकार-केशा ही होगी ।

फल की आतुरता, प्रगति के मार्ग में सब से बड़ी बाधा है । धैर्य और साहसपूर्वक अपना कर्त्तव्य-पालन करते रहना और उचित मार्ग पर चलते रहना ही हमारे लिए श्रेयस्कर है । अलसता में लाभ तो कुछ नहीं होता, उससे सफलता का सख्त दूर हट जाता है । साथ ही ऐसे बड़े काम भी धन पड़ते हैं जो असफलता से भी अधिक कष्टकारक परिणाम उत्पन्न करने वाले सिद्ध होते हैं ।

उतावली के दोष से बचिये—

उतावलापन मनुष्य-स्वभाव का एक दोष है । इसीलिए एक कहावत प्रचलित है—‘उतावला तो नाबला ।’ उतावले की समता नाबले से करने का यही आशय है कि जिस समय मनुष्य उतावली में होता है उस समय उसमें कर्मोन्मत्त ने सारी कमियाँ और निकृतियाँ आई रहती हैं जो किसी नाबले व्यक्ति में पाई जाती हैं ।

आवेग, उद्वेग, व्यग्रता, अस्त-व्यस्तता, अस्थिरता, अधीर्य अथवा असंतुलन आदि दोष नाबले व्यक्ति के लक्षण हैं । जिस प्रकार नाबला व्यक्ति किसी काम को करते समय विचारों का संतुलन खोये रहता है, वह करता हुआ भी यह नहीं जानता, कि जो कुछ वह कर रहा है उसकी अस्त-व्यस्तता

के कारण ठीक नहीं हो रहा है। उसे वह इस प्रकार नहीं करना चाहिये जिस प्रकार वह कर रहा है। कोई भी काम करने का एक तरीका होता है, एक व्यवस्था होती है। इसीलिये मानते व्यक्ति का कोई काम नहीं माना जाता। उसे उसकी निश्चय कियाजीतता ही समझा जाता है। यही व्यवस्था किसी उतावले व्यक्ति की होती है। उसका यी कोई काम व्यवस्थित अथवा विव्यस्त नहीं होता। इसीलिए "जल्दी का काम खेतान का" कहा जाता है।

प्रायः होता यह है कि किसी काम को जल्दी से निपटाने के लिये लोग उतावली बतते हैं किन्तु उसका परिणाम उल्टा ही होता है। उतावली के साथ किये हुए काम बहुत जल्दी होने के बजाय देर में ही हो पाते हैं—तो भी अव्यवस्थित, भ्रष्ट व्यस्त एवं भ्रष्ट पूर्ण। किसी काम को करने के लिए एक अपेक्षित गति तथा समय की आवश्यकता होती है। जब मनुष्य किसी काम के लिए आवश्यक गति में बढ़ोत्तरी और समय में कटौती करता—दो धप्पे के काम को एक धप्पे की हड़बड़ी में पूरा करने में अन्धाधुंध लग जायेगा तो उसका बिगड़ जाता स्वाभाविक है। जब धब-धम पर भूलें होंगी, गलतियों और कमियों को अन्तर मिलेगा। तब उनको सेवासने, खेचने और दूर करने में दोहरा परिश्रम करना पड़ेगा जिसमें अधिक समय लगेगा ही। इस प्रकार समय की वकत तो नहीं होती, काम भी गलत-सलत होता है तो अलग। जल्दी में गलतियाँ करते हुए उन्हें बार-बार सेवासने की अपेक्षा, कहीं अच्छा है कि किसी काम को पूर्वपूर्वक सावधानी के साथ किया जाय।

जब कोई काम उतावली के साथ किया जाता है तब मन में एक उद्वेग आन्दोलित होता चलता है जिससे चित्त बर्बल रहता है, धृति में अकुलता तथा व्यस्तता का समावेश होता है, जिससे न तो एकाग्रता प्राप्त होती है और न काम की व्यवस्था बच पाती है। उतावली के साथ काम करने वाले का ध्यान काम में नियोजित रहने के बजाय उसकी ज्यों त्यों समाप्ति में लगा रहता है। वह काम प्रारम्भ करने के पूर्व ही उसकी समाप्ति के लिये उत्सुक होने लगता है, जिससे काम करने में जीव में लगने वाला

समय उसके लिए एक भार बन जाता है और वह उसे व्यर्थ-व्यर्थ बेगार की तरह काटने के लिये ज्वर होने लगता है। उतावले व्यक्ति की काम में रुचि नहीं होती। वह उसे व्यर्थ-व्यर्थ बिगड़ा कर अपना पीछा छुड़ाने का प्रयत्न किया करता है। काम करने का यह तरीका बिल्कुल गलत है। इससे न केवल काम ही बिगड़ता है बल्कि समय सराब होने के साथ-साथ काम करने की शक्तियों का ह्रास होता है, अक्षता एवं असावधानी का दोष उत्पन्न होता है। इस प्रकार उतावली करने वाला अपनी न जाने कितनी हानि करवा है।

अल्बर्ट आइन्सटीन हर काम में उतावली किया करता है। ऐसा करते समय उसे यह भी ध्यान नहीं रहता कि उसके करने में क्या हानि होगी? भोजन करते समय जल्दी-जल्दी घास भूँह में डालेगा, पत्ती हाथ लगायेगा, लकड़ खयायेगा और अचकचरा ही निगल देगा। कभी दाँत के पहले घाक और दाँत से पहले दाँत खायेगा। कभी कुछ भूल जायेगा तो कभी कुछ। मतलब यह है कि उसका भोजन-कार्यक्रम गालमल सबों की तरह अस्त-व्यस्त क्रीड़ा-क्रीडा जैसा बन जायेगा। जिससे वह न केवल पाचन तथा स्थान को गन्ना करेगा अधिक कपड़े भी सराब कर लेगा। साथ ही स्वाद से प्रभावित होकर स्वास्थ्य का भी अहित करेगा। जल्दी-जल्दी व्यर्थ-व्यर्थ चबाकर निगल लेने से भुख में भोजन का स्वाद तो नहीं मिलेगा, अचकचरे घास पेट में जाकर दाँतों का दायित्व आँतों को सौंपे जिससे अजीर्ण, पीड़ा, अपच तथा मन्दाग्नि का विकार पैदा होमा और अस्वस्थता का शिकार होता पड़ेगा। भोजन को क्रम के साथ अपेक्षित गति, धीरे धीरे स्वाद के साथ आदर पूर्वक करना चाहिये। इस प्रकार चुचास्ता से किया हुआ साधारण भोजन भी स्वास्थ्य को असाधारण लाभ करता है।

बहुत से लोग याता के समय तो उतावली करने में कमाल कर देते हैं। यह रस, यह हटा, यह बाँध, यह सोत, यह पहल, यह उतार, तीगा छोड़, रिमणा पकड़ आदि की ऐसी हड़बड़ी मचा देते हैं मानो हालां-चाला वा गया हो और उनकी समझ में ही नहीं आता कि क्या करें और क्या न करें?

जिसका फल यह होता है कि बहुधा यात्रा के लिये आवश्यक चीजें छूट जाती हैं और अनावश्यक चीजें साथ लगे लेती हैं, जिनका परिणाम बीच रास्ते अथवा गन्तव्य स्थान पर पहुँच कर व्यर्थता, परेशानी तथा परवासाप के रूप में सामने आता है। कभी-कभी तो इस उतावली में यात्रा का मुख्य उद्देश्य ही नष्ट हो जाता है। टिकट सेने, रसनाही पर चढ़ने आदि में ऐसी हड़बड़ी करते हैं कि अपने आप तो परेशान होते ही हैं दूसरों के लिए भी असुविधा एवं अप्रसन्नता का कारण बनते हैं। अन्ती में टिकट के वैसे ज्यादा ले सकते हैं और कुली बुकते समय खोजी की अन्तिम मंजुरी केब से निकल सकती है। छोटे वैसे लगेसियों के बीच से बिर सकते हैं। मनीबैग कोट की जेब में आने के बजाय स्विटर में फँस कर गिर सकता है अथवा अन्ती में ठीक से न रखा जाकर निकला पड़ सकता है जिससे कितो मंजुरी के पीछा रह हो सकते हैं। इतना ही नहीं उतावली के कारण और न जाने कितनी तरह की अस्त-व्यस्तताएँ हो सकती हैं जो अति करने के साथ उपहासस्पद बना सकती हैं। यात्रा करने से पूर्व ठीक से उसकी तैयारी करिये, सोच-समझ कर सारा सामान रखिये, सूटाइये, विस्वास पूर्वक टिकट बीजिये, आरवस्त होकर गाड़ी में चढ़िये, ठीक से सामान रखाइये और कुली को पूरे पीसे दीजिये। यात्रा को यात्रा तक सीमित रखिये, उतावली में उसे संकट अथवा समस्या न बनाइये।

किसी से बात करते समय उतावली बड़े-बड़े अनर्थों तथा आपशर्मा का कारण बन जाती है। अन्ती में क्या से क्या कह जाना, किसी के कथन का क्या-से-क्या अर्थ लगा लेना तो एक साधारण भूल है। किता बिचार क्रिये और शब्दों के उच्चारण प्रकार और प्रभाव को समझे बिना कह निकलना न जाने कितनी असतफहमियाँ पैदा कर सकता है। शब्दों का अन्तर् अथवा अर्थ स्पष्ट कर सकता है। इससे कितनी हानि और सम्मान अति हो सकती है। इनका अनुमान कर सकना कठिन है। उतावली में देश, काल कथन और परिस्थिति का ज्ञान न रहने से संकटापन्न स्थिति की सम्भावना रह सकती है। बात करते समय तो धैर्य और सावधानी की बहुत बड़ी

आवश्यकता है। अभी तो यह से सोच समझ कर ही बात बताना मतलब करना ठीक होता है।

किन्तु उतावली न करने का अर्थ यह भी नहीं है कि हर काम को अनावश्यक बिजम्ब से किया जाये। इतने धीरे-धीरे किया जाये कि वह अचेतित समय में पूरा न होकर सरपर जोश बना रहे। हर काम को अभ्यास के अनुरूप इस प्रकार किया जाना चाहिये जिससे कि न तो वह बिगड़े और न अनावश्यक बिजम्ब हो। काम का जल्दी अथवा देर में कर सकना अपने अपने अभ्यास पर निर्भर होता है। यदि आप कोई काम दक्षता पूर्वक अच्छी करमा चाहते हैं तो उचित रूप से धीरे-धीरे उसका अभ्यास बढाइये। अभ्यास बढ जाने से काम स्वयं ही अचेतित समय से ठीक हो होने लगेंगे।

उतावली न करने का मतलब यही है कि कोई काम करते समय चित्त हड़बड़ी से उद्वेलित न रहें, आपको उसे क्यों-क्यों निपटाने की हिम्मत न हो। काम की पूरी तरह चित्त लगाकर निरंतरता के साथ करिये, न तो जान बूझकर बिजम्ब कीजिए और न उसे निपटाने की जल्दी में पड़िये। उतावली वास्तव में लीजता नहीं बल्कि कमजोर मन की विशेषता होती है जो आवेश से भरकर उतावला बना देती है। अपनी इस भावस्थिक दुर्बलता से बचना चाहिए और काम को उतावली के साथ करने के बजाय जमे हुए ढंग से करना चाहिए। उतावली से काम बनता नहीं बिगड़ता ही है।

धैर्य रखिये—उतावली मत कीजिये—

धैर्य हमारे सफ़ल-काम का मित्र है। इसी से हमें लाभाना मिलती है। शीघ्र भी हासि या क्षति हो जाय, धैर्य उसे मुलायम का प्रयत्न करता है।

धैर्य न हो तो भावस्थिक दीर्घत्व के कारण मन सदा भवभीत रहेगा। जब मनुष्य के मन में अंका बढ जाती है तब दुःख के बिट जाने पर उसका आभास रहा करता है। जो व्यक्ति धीरवर्मानु होते हैं, वे सफ़ल के समय अपने विवेक को गह नहीं होने देते। उनके आत्मबल के कारण ही उस समय भी शांति मिलती है और दूसरे लोग भी उनका अनुकरण करने को बाध्य

होते हैं। तब वह सख्खट उतना व्यथित नहीं करता, चिंतना कि धीरे-धीरे के अभाव में।

धैर्यवान् अनुषंग के अन्तर्करण से अत्यन्त ज्ञानि, भविष्य की सुख-आशा और उदारता की शक्तता रहती है। वह कुविन के फेर में पड़कर पचराता नहीं, बल्कि उन लोगों को हँसते हुए टाकने की चेष्टा करता रहता है।

इसके विपरीत जिसके मन में धैर्य नहीं होता, उसके मन में जो आशा-निराशा की तरंगें उठती हैं, वे बँती ही हैं जैसे कोई बालू की दीवार अभी होकर भी टूट पड़े। सख्खट के समय उसकी मानसिक स्थिति बढ़ जाती है और वह अपने धर्मों पर निरन्तर रखने में समर्थ नहीं होता। ऐसे लोगों की रक्षा बहुत कठिन होती देखी गई है और उनमें भी कुछ अल्प-दुर्बल प्रवृत्ति के अनुषंगों का मानसिक समुत्पन्न तो वही तक बिगड़ जाता है कि वे आत्म-हत्या तक कर बैठते हैं।

सुखपूर्वक जीवन व्यतीत करने के लिए ही नहीं बल्कि अपने कर्तव्य-पालनार्थ भी कर्मों को सुमनसिष्ठ करने के लिए धैर्य आवश्यक है। मान लीजिए कि आप किसी मुकदमे में फँसे हैं, परन्तु उसके निर्णय में विलम्ब है, इस बीच में कोई अधिकारी व्यक्ति उस मुकदमे की जांच के समय आपको किसी बात पर डीटता है तो उसके आपका विचलित हो उठना ही आपकी हार का कारण बन सकता है। यदि आप उसमें धैर्य से काम लें तो विजय प्राप्त कर सकते हैं।

धैर्य के लिए शोक-रहित मनोवृत्ति और अपने कर्मों के उचित होने का विश्वास होना चाहिए। यदि आपका कार्य न्यायपूर्ण नहीं है तो आप कितने भी साहस से काम लें, मन में बहुत बड़ी रहेगी और धैर्य आपका साथ नहीं देगा। इसके विपरीत यदि आप वह समझते हैं कि आप जो कार्य कर रहे हैं, वह न्यायपूर्ण होते हुए भी विचलित रहा है, तो भी आपका मन निर्भीक रहेगा और अपने धैर्य-बल से ही सफलता प्राप्त कर सकेंगे। इसे यह प्रतीति कि संसार में धर्म और प्रसिद्धा ही सब कुछ नहीं है। धर्मधर्म तो मूल भी

हो जाते हैं, और कभी-कभी निम्न स्तर के लोग भी ऊँची से ऊँची प्रतिष्ठा प्राप्त कर लेते हैं, परन्तु उनमें से जिसमें भी वह प्रकार उत्पन्न हुआ वही पतित हो गया। वह 'अहं' ही उन्हें यह करने में कारण बनता है, फिर न आत्मबल साथ रहता है और न धैर्य ही।

शीरजवान् पुरुष वही कहलाता है जिसे अपने पर पूर्ण भरोसा हो। जो व्यक्ति अपनी योग्यता पर विश्वास करता हुआ सम्बल ग्रहण करता है, वह कुछ पाता हुआ भी प्रसन्न चित रहता है। क्योंकि वह कठिनाइयों से घबराना नहीं।

एक बार निश्चय हो जाने पर कार्य को पूर्ण करने में संकोच रहे और उससे पीछे न हटे। मन की विचलता को दूर कर दे और विघ्नों को दूर करने का प्रयत्न करे। अपनी कार्य शक्ति पर विश्वास और परमात्मा पर भरोसा रखने से सँजधार में पड़ी हुई नौका भी तर जाती है।

धैर्य के समान मूल्यावान् और कोई सम्पत्ति मनुष्य के पास नहीं है। जब तक वह उससे दूर नहीं होता, तब तक उसकी विमय की भस्तीकार नहीं किया जा सकता। हमारा धैर्य सपुओं को भी विचलित कर देता है और हम सर्वत्र प्रशंसा के पात्र समझे जाते हैं।

धैर्य की उपयोगिता तो असीम है। कोई रासायनिक प्रयोग है, उसकी सिद्धि का समय बार घण्टे का है और आप चाहें कि दो घण्टे में ही सिद्धि हो जाए, तो कैसे होगा? उसके लिए तो आपको प्रयोगशाला में धैर्य से काम करना पड़ेगा। न सँगे तो कुछ होने वाला नहीं है।

बहुत से लोग हैं जो समाज में अपनी क्वालि चाहते हैं। परन्तु, क्वालि ऐसा काम किसे बिना हो नहीं सकती, जिसमें कुछ न कुछ जिसवता हो। क्वालि प्राप्त करने के लिए जम-सेवा का कार्य करता रहेगा। इन कार्यों में परिश्रम एवं समय दोनों की ही आवश्यकता होगी और क्वालि होने में जिसका समय आवेगा, उसने समय तक धैर्य भी रखना ही होगा।

सब कार्यों का परिणाम धैर्य से ही देखा जा सकता है। वैसे धैर्य अलभ्य वस्तु नहीं है। अपने मन को सदा नियन्त्रित कीजिए, उसकी चञ्चलता

को रोकिये और किसी भी कार्य में उतावली न करने का निश्चय कर लीजिए ।
जहाँ जायने अपने वसंयव पर नियम प्राप्त की जहाँ धैर्य की प्राप्ति हो गई
समझिये ।

हमारा यह अभिप्राय नहीं है कि जो कार्य जीय हो सकता हो, उसके
करने में देर नवाई जाय जवना जो कार्य होवे आ रहा है उसमें धैर्य के बहाने
आसत्य में काम लिया जाय । जो कार्य जीयमान्युक्त हो सकता है, उसकी पूर्ति
में विमर्श करना तो अननुष ही कुतन्त है ।

धैर्य का मन्त्र तो उसके लिए साधनायक है, जिसके कार्यों में विम्व-
साधारण उपस्थित होती है और वे निराश होकर अपने विचार की ही बदल
जाते हैं । यह निराशा तो अनुभव के लिए मृत्यु के समान है । इससे जीवन
की धारा का प्रवाह मन्द पड़ जाता है और यह किसी काम का नहीं रहता ।
यदि निराशा को त्याग कर विम्वों का धैर्यपूर्वक सामना किया जाय तो विश्वास
करिये कि आपको असफलता का भुक्त नहीं देकरा पड़ेगा ।

निराशाजनक भावों को रोकना आवश्यक है और संयम का कार्य है ।
हम जैसे-जैसे अपनी सादीरिक, आदिक और आधुनिक शक्तियों का विकास कर
सकेंगे, जैसे-जैसे कि हम में धैर्य रखने की शक्ति भी बढ़ती जायगी । इन सभी
शक्तियों के सम्मिलित से हम उस प्रेय की प्राप्ति कर सकते हैं । याद लीजिए
हम किसी शत्रु को मराना चाहते हैं, मार्ग भी हमारा देखा हुआ है, परन्तु यह
सब ज्ञान, हमारे अजीब स्थान में, धुँधने में जितना समय लगना चाहिए,
उसमें तो कभी नहीं कर सकेगा । हमें, अपने समय की धैर्य का सहारा लेना
ही होगा ।

अधीरता मनुष्य की सुदृढ़ता का चिन्ह है—

मन का शान्त और संतुलित होना व्यक्ति की महानता का चिन्ह है ।
मनु मगधम् ने धर्म के १० लक्षणों की चर्चा करते हुए मनुष्य का सबसे
पहला धर्म 'धृति' अर्थात् धैर्य बताया है । सामने उपस्थित उल्लेखनात्मक
परिस्थिति की भी वस्तुस्थिति को यदि ठीक प्रकार समझने की कोशिश की

जाय ता वह सामुसी-सी बात प्रतीत होती । जिन छोटी-छोटी बातों को लेकर लोग मुक्त में हर्षोन्मत्त और दुःख में कलहाकांतर हो जाते हैं वस्तुतः वे बहुत साधारण बातें होती हैं । मनुष्य की मानसिक दुर्बलता ही है जो उसे उन छोटी-छोटी बातों में उत्तेजित करके मानसिक समुत्थन को बिगाड़ देती है । इस स्थिति से बचना ही खेब है । सर्वमान्य व्यक्ति ही विवेकशाल और बुद्धिमान कहे जा सकते हैं जो बात-बात में उत्तेजित और अशोर होते हैं वे चाहे किठने ही विद्वान् वा प्रतिष्ठित क्यों न हों वस्तुतः लोढ़े ही कहे जायेंगे ।

एक व्यक्ति के घर में पुत्र जन्म होता है उसके हर्ष का ठिकाना नहीं रहता । इस हर्ष में शमन होने पर उसे यह नहीं सूझता कि इस भाव्य लाभ के अवसर पर क्या करे—क्या न करे ? जो सुधी उसके भीतर से कूटी पकती है उसे बाह्य प्रकट करने के लिए यह सम्मर्पण उसे साधरण करता है । दरवाजे पर नौकर, माली-दी बजवाना आरम्भ करता है । बड़े विज्ञान प्रीतिभोज की तैयारी करता है, नाच-रंग का आरम्भ बुटाता है । बच्चाई बटवाने के लिए अपने समाज में बाज, मित्रास, पिछाई आदि भेंटवाता है और भी न जाने क्या-क्या करता है ? कैसी रीति उसमें पूँक देता है ।

यह स्थिति एक प्रकार के धामस्तान का चिह्न है । पुत्र जन्म होना उसे अपनी लिए एक अत्यन्त लाभ साधक पदार्थ है, पर अत्यन्त रहि के देखा जाय तो प्रकृति की एक अत्यन्त साधारण घटना है । प्राणिमात्र में प्रणय की इच्छा काम कर रही है और समय के फलस्वरूप बास-बच्चे भी सभी जीव-जन्तुओं के होते रहते हैं । सन्तान में पुत्र और कन्या बड़ी बरे बरे हैं । इस वृद्धि में करोड़ों आत्मक नित्य पैदा होते हैं । जिस प्रकार घात-भारत, पड़-पीने रीज ही जगते, सुझते हैं उसी प्रकार मनुष्यों में सन्तानोत्पादन की क्रिया चलती रहती है । प्रकृति प्रवाह की इस अरबन्त दुष्प्रवृत्तिवा की इतना महत्व देना कि सुधी का ठिकाना न रहे और उसके लिए यह उपबोधी धन जो किसी आवश्यक कार्य में लभाकर उससे महत्वपूर्ण काम उलझा जा सकता था—इस प्रकार हर्षोन्मत्त होकर मुटा देना किसी प्रकार बुद्धिमत्ता पूर्ण नहीं कहा जा सकता ।

यदि वह व्यक्ति जिसके घर पुत्र जन्म है वस्तुतः बुद्धिमान् रहा होता तो उसके सोचने का तरीका निम्न ही रहा होता । वह हर्षोन्मत्त न होकर एम्भीरता से सोचता कि घर में नया बालक जन्मने से उसके ऊपर क्या-क्या जिम्मेवारी आई हैं ? और उन्हें किस-किस प्रकार पूरा करना चाहिए ? वह सोचता कि मेरी जिस धर्म-पत्नी ने बालक को जन्म दिया है यह दुर्नित हो गई होगी, उसे अधिक विभ्राम देने, तेज मासिक आदि के उपचारों से उसके दुर्बल शरीर को पुनः करने, शीघ्र पचने वाले पौष्टिक खाद्य पदार्थों को कुटाने, नवजात शिशु को देखभाल के लिए कोई सहायिका नियुक्त करने, बालक को यदि माता का दूध पर्याप्त मात्रा में उपलब्ध नहीं है तो उसकी व्यवस्था करने में उसे क्या-क्या प्रयत्न करने चाहिए ? इन प्रयत्नों में यदि पैसा खर्च किया जाता तो उसे धर्म-पत्नी तथा बालक के स्वास्थ्य को सन्भालने में सहायक होता है । पर यदि इन बातों पर ध्यान न देकर मछीरो बजवाने और चावतें खड़ाने में भन फूँता गया है तो यही मानना परेम्भा कि वह व्यक्ति समझदार नहीं वरन् उसे ज्ञाना के आवेग में बहने वाला व्यक्ति है ।

यदि फालतू पैसा भी किसी भावपी के पास ही तो उसे इस प्रकार कुटाने की जरूरत नहीं है । उस नवजात शिशु के बड़े होने पर उसकी शिक्षा विवाह आजीविका आदि के निम्ने जिस धन राशि की आवश्यकता पड़ेगी उसे कुटाने के लिए उसके नाम बैंक में या बीमे में पैसा जमा किया जा सकता है । यदि दान, पुण्य करना है तो किन्हीं सोकोपयोगी कार्यों में या दीन-मुक्तिमें में, उपयोगी संस्थाओं में इसे दिया जा सकता है । पर यह समझ तभी उत्पन्न हो सकती है जब मनुष्य मानवैश्व में न रह रहा हो, हर्षोन्मत्त होने की प्रता में भी मस्तिष्क विसिप्त शरीरता हो जाता है और उस स्थिति में कोई ठीक बात सोच सकता सम्भव नहीं होता ।

“हमारी विवेकशीलता स्थिर रहे” यह तथ्य जीवन को सुधिकसित बनाने के लिए बड़ा आवश्यक है और यह तभी सम्भव है जब वह धैर्यवान् हो, अधीरता से बचे । कोड़ी सफलताएं, इच्छानुपूर्व परिस्थितियाँ प्राप्त होने पर सदा अधिकार, सम्पत्ति विभने पर बड़े बहुकुरी न ब जाते हैं उनका

व्यवहार, बात-चीत का ढङ्ग, सोचने का तरीका, ज्ञान-शीलता, अकड़, जेसी-सोरी सभी कुछ बातें ऐसी हो जाती हैं कि उसे भाषा पतल ही कहा जा सकता है। कुछ दिन पूर्व इस देश में राजा, नवाब, शास्त्रिकेदार, जमींदार, साहूकार बहुत थे। उनके पास धन और सत्ता का बाहुल्य था फलस्वरूप उनके पहनाव-उड़ाव, मोल पान, उठन बैठक सभी कुछ विचित्र प्रकार बन गये थे। भग-सग में विचित्र प्रकार की समकें उठा करती थीं और बापशुश लोग उन सनकों से भरपूर स्वायं साधन किया करते थे। सत्ता और धन का बाहुल्य इन अमीरों को ऐसी अहंविशिष्ट स्थिति में पहुंचा देता था कि वे उचित अनुचित का निर्णय करने में प्रायः असमर्थ रहते थे। अभी भी उनके पास ऐसे साधन मौजूद हैं उन धनीरों एवं अधिकारियों की अथक स्थिति प्रायः उन राजा, नवाबों जैसी हो जाती है।

इसमें दोष साधनों का नहीं समुच्च की सामाजिक दुर्बलता का है। सामाज्य में एक चोपाई जाती है—

मुद्र नहीं यदि फति इतराई। जिमि थोरहि भग संल बीराई।।

छोटी नदी, नामे जिस प्रकार वर्षा के थोड़े से ही पानीको पाकर अपनी मर्यादाओं को छोड़कर ऊफ़ाने, इतरावे, सगले हैं उसी प्रकार मुद्र पुत्र भी थोड़े सुख-साधनों के प्राप्त होने पर नामे हो जाते हैं। इसमें यर्षा या जल का दोष नहीं—नामे की श्रुता ही कारण है। क्योंकि समृद्ध और विशाल नदी, सरोवर विशाल क्षेत्र की भारी वर्षा का विपुल जल प्राप्त होने पर भी अपनी मर्यादाओं को नहीं छोड़ते। ईर्ष्या और सम्भीर सामाजिक स्तर के लोग भी विपुल सत्ता, विद्या, कीर्ति एवं सम्पदा प्राप्त होने पर भी इतराते नहीं वरन् अपने ऊपर जाये हुए उत्तरदायित्वों की सम्भीरता को समझ कर और भी अधिक विवेक, वैयं दुरदर्शिता एवं नम्रता से काम लेते हैं। यदि धन या सत्ता का दोष रहा होता तो सभी पर उसका प्रभाव पड़ता, पर हम देखते हैं कि संसार में ऐसे असंख्य व्यक्ति हैं जो विपुल साधनों के हस्तगत होते हुए भी अत्यधिक जिम्मेवारी और सम्मनता की स्थिति में बने रहते हैं।

जिस प्रकार सफलता और सम्पदा को पाकर क्षुद्र प्रकृति के मनुष्य मानसिक संतुलन खो बैठते हैं उसी प्रकार छोटी-सी असुविधा, असफलता, आपत्ति एवं प्रतिकूल परिस्थिति सामने आने पर व्यथित कातर हो जाते हैं, घाटा, चोरी, धन-हानि आदि कोई बर्ष-विग्रह अवसर आने पर उन्हें लगता है मानों उसका सर्वस्व चला गया । जब वे सब प्रकार से दीन-हीन हो गये । अब सदा उनको ऐसी ही विपन्न स्थिति में रहना पड़ेगा एवं भावे क्रम कर और भी गरीबी में प्रवेश करना पड़ेगा ।

किसी परीक्षा में अनुत्तीर्ण हो जाने पर उन्हें लगता है कि हमारा जीवन ही अश्वकारमय हो गया है । असफलता की मजबूर प्रतिमूर्ति उन्हें अपने चारों ओर नाचती दिखाई पड़ती है । उनके दुःख का ठिकाना नहीं रहता । मस्तिष्क ऐसा गिझिया हो जाता है जिसमें वह विचार नहीं उठ पाते कि भगवत् एक बर्ष माद फिर परीक्षा का अवसर मिलेगा और उन्हें थोड़े दिन माद अनेक सम्पदों से उसीर्ण होने का अवसर मिल जायगा ।

किसी से थोड़ी कहन-सुवन हो जाय तो संगत है मानो मेरा सारा सम्मान चला गया, जिसने कटु वचन कह दिया उसने कलेजे में छेद कर दिया जो क्षम भर न भरेगा । ये सोच उस छोटी-सी बात की भुला लंकने में प्रायः जीवन भर समर्थ नहीं होते, जब भी अवसर आता है उस छोटी-सी बात को याद करके अपने द्वेष और नाव को हरा कर सेते हैं ।

कोई मामूली-सा मुकदमा मन आव हो प्रतीत होता है मानों कम खेल का फौसी ही भुगतनी पड़ेगी । कोई चोर, डाकुओं का भव दिवा दे तो लगता है कि रुकती, लूट का पड़ाई नाब ही हमारे ऊपर होवे वाली है । अपने घर में भूत रहता है ऐसा भव कोई ओला दिखादे तो रात भर नींद नहीं आती और चूहे सटपट करते हों तो खबता है कि भूत, जिन्ह घर में नाब रहे हैं । शनिश्चर, राहु, केतु के ग्रह-दशा का मार्केट का मय दिला कर चतुर ज्योतिषी लोग ऐसे लोगों को खूब डराते हैं और उनकी भुजा-पनी के नाम पर काफी पैसा ऐंठ सेते हैं ।

कन्या विवाह के योग्य हो जाय और सड़के कुँड़ने के लिए जाने पर सफलता न मिले । दहेज आदि का प्रस्ताव उठे तो उन्हें लगता है कि अब कन्या का विवाह न हो सकेगा । योग्य सड़का मिलेगा ही नहीं । इतनी बड़ी रकम दहेज में दिये बिना अब कोई सड़का मिलेगा ही नहीं । कन्या पर्वत के समान भारी लगती है और रात-दिन बाध्य को कोसते हुए, कन्या को अभागिनी बताते हुए भिन्ना से सिर धुनते रहते हैं । इस प्रकार अपना मनःक्षेत्र कुलित कर लेते पर उन्हें यह नहीं सूझता कि जो दो बार सड़के उठने लगे हैं उनके अतिरिक्त सज्जन और सुन्दर सड़के बासे भी इस दुनिया में मौजूद हैं और थोड़ी दौड़-भूप करके उन्हें दूँदा जा सकता है एवं विवाह की समस्या को सरल बनाया जा सकता है ।

किसी प्रियजन का विवोध या देहावसान हो जाय तो उमड़ी आँखों से आँसू ही गन्त नहीं होते । दिन-रात पेट में के हूक उठती रहती है सारा संसार अश्वकारमय हो जाता है, इसके बिना जीवन कैसे सम्भव होगा ? इस शोक-विवोध से निःसृत हो व्यक्ति अपना प्राणायत्न कर लेते हैं । ऐसी ही शील-वृत्त कई भावुक स्त्रियाँ पति को चिता पर जल भरती देखी जाती हैं । ऐसे लोगों की मनोभूमि एक ही प्रकार के शोक संकुचित विकारों से ऐसी आश्रय-दित हो जाती है कि वे विवेकपूर्ण विचार उठ ही नहीं पाते जिनके आधार पर यह सोचा जा सकता है कि प्रत्येक व्यक्ति स्वयं में एक पूर्ण इकाई है और किसी दूसरे के साथ रहने न रहने पर भी अपनी जीवन-यात्रा अपने पाँवों पर सँके होकर चला सकता है ।

जीवों का आपसी मिश्रण और विखुलन समूह की चहरों की तरह क्षण-क्षण में होती रहने वाली एक ऐसी साधारण प्रक्रिया है जिस पर सीमित शोक ही मनाया जाना चाहिये । यह विचार भी उसके मत में नहीं उठते क्योंकि शोकाकुल मस्तिष्क भी सर्व विविध स्थिति में ही होता है ।

ऐसे दुर्बल मस्तिष्कों में अविष्य में कहीं आपत्तियों के आने की आशङ्काएँ निरन्तर उठती रहती हैं । अपने ऊपर ऐसी-ऐसी छिप्यणियों के

आने की बात सोच-सोच कर अपना चित्त परेशान किया करते हैं जो यस्तुतः अपने जीवन में कभी नहीं जाती ।

यह अधीरता एवं मानसिक दुर्बलता मनुष्य के लिए कायरता का कलंक लगाने वाली, इसके पुनर्जात को कर्मशुद्ध करते वाली है । पीछे का प्रधान लक्षण यह है कि मनुष्य को अस्मिता में न डरने वाला और हर प्रतिद्वन्द्व परिस्थिति में अपने धर्म को स्थिर रखने वाला होना चाहिए ।

चिन्तायें छोड़िये काम में जुटिये—

जिसे अपने जीवन में सुख-सन्धि की आकांक्षा है, जिसे उन्नति, विकास और सफलता की चाहना है, उसे अपने सबसे बड़े शत्रु 'चिन्ता' का श्वाभ न करना चाहिए । मनुष्य की चित्त शक्ति पर उन्नति, विकास और सफलता निर्भर रहती है उसे यह चिन्ता की शान बजाकर श्वाभ न करना चाहिए । अतीत शक्ति जीवन में किसी प्रकार का श्वाभ प्राप्त नहीं कर सकता । चिन्ता के श्वाभ से मनुष्य की सभी हुई शक्ति उसके बड़े काम में लपटी है ।

सामान्यतः लोगों की यही धारणा रहती है कि मनुष्य की चिन्ता का कारण उसके जीवन का कोई न कोई अभाव ही होता है । एक प्रकार से अभाव ही चिन्ता का रूप धारण कर लेता है । किन्तु यदि इस विषय पर गहराई से विचार किया जाय तो पता चलेगा कि अभाव और चिन्ता दो भिन्न बातें हैं । अभाव की वेदना यहाँ चिन्ता की प्रेरिका है वही चिन्ता मनुष्य को निष्क्रिय बना देती है । भिन्न अभाव की पूर्ति के बिना मनुष्य को कठिनाइयों का सामना करना पड़ता है उसकी पूर्ति के लिए वह अवश्य प्रयत्नशील होगा । किन्तु चिन्ता एक ऐसा आसक्त्य रोग है जो मनुष्य के समस्त जीवन को प्रभावित करके किसी काम में नहीं रहती ।

जो श्वाभता अपने कारण को दूर करने के लिये क्रियाशील बनावे, वह उत्तरदायित्व की भावना ही है, चिन्ता नहीं । चिन्ता केवल उसी श्वाभता को कहा जा सकता है जो मनुष्य को अपने तक सीमित करके केवल सोचने और जलने के लिए मजबूर करे ।

मनुष्य ने ज्यों-ज्यों विकास किया है त्यों त्यों उसकी आवश्यकतायें बढ़ गई हैं, जिसके फलस्वरूप उसकी चिन्तायें भी बढ़ गई हैं। जीवन की आवश्यकतायें पूरी करने के लिए प्रत्येक व्यक्ति को कुछ न कुछ चिन्ता करनी ही होती है, किन्तु इस चिन्ता को उस प्रकार की चिन्ता नहीं कहा जा सकता जो किसी के जीवन को अभिभाष बना कर रख देती है। भोजन-वस्त्र, शारी-व्यायु, शारी-बीमारी, पालन-पोषण आदि जीवन के ऐसे सामान्य साधारण एवं अनिवार्य कार्य-क्रम हैं जिन्हें सब को ही किसी न किसी प्रकार से पूरा करना पड़ता है। यदि यह कार्य-क्रम समान रूप से सबकी चिन्ता का विषय बनकर जीवन को आक्रान्त कर दें तो संसार में चारों ओर उदासी, विषाद, व्यथता, विकलता आदि के अतिरिक्त और कुछ दिखाई ही न दे। हर मनुष्य रोता और धाँसे भरता ही बैठ रहे। पर ऐसा कभी नहीं हो सकता, क्योंकि कोई एक बात समस्त समाज को एक रूप में ही प्रभावित नहीं कर सकती। अपनी-अपनी मनोभूमि के स्तर के अनुरूप ही मनुष्य पर किसी बात का श्रुमाधिक प्रभाव पड़ता है। जहाँ कोई एक व्यक्ति किसी एक बात से दम, कुचककर निर्जीव हो जाता है वहीं दूसरा पूरी तरह निश्चिन्त तथा प्रसन्न दीखता है। इसका कारण उन दोनों की अपनी-अपनी मनोभूमि का स्तर ही है।

धमाधमी में किसी को व्यक्त करने की अपनी शक्ति नहीं होती। यह मनुष्य का चिन्ताशील स्वभाव ही होता है जो एक छोटी-सी बात को लेकर मन ही मन 'ईरान से तुरान' तक समस्याओं का जाल बिछा कर अपने को उनमें फँसाकर घोर कष्ट पासा हुआ अनुभव किया करता है।

भोजन-वस्त्र आदि वस्तुएँ रोजमर्रा की बातें हैं। किन्तु किसी किसी के लिए ये साधारण बातें ही जीवन-समस्या बन जाती हैं। इनको लेकर वे इतने चिन्तित रह जाते हैं कि विविध रोगों के शिकार बन जाते हैं। आँख, दाँत, कान, आदि कमजोर कर लेते हैं, बाँव पका लेते हैं और अकाल में ही बूढ़े हो जाते हैं। इस प्रकार व्यक्ति चिन्ताशील स्वभाव के होते हैं। चिन्ता, उनका उत्तरदायित्व वही एक ज्वलन, व्याधि, प्यास और आवश्यकता बन

जाती है। जब तक वे किसी बात को लेकर व्यग्न नहीं हो लेते उन्हें चैन ही नहीं पड़ता। यदि ऐसे व्यक्तियों को व्यर्थ चिन्ता करने से रोका जाये तो वे एक मानसिक परेशानी अनुभव करते हैं। यही कारण है कि अधिक प्रमा करने पर चिन्ताशील व्यक्ति कभी कभी बुरा भाव जाता है और सोचने लगता है कि अमुक व्यक्ति उसे उसके उत्तरदायित्व की भावना से विरत कर हाथि बाहता है। वास्तव में चिन्ताशील व्यक्ति की मानसिक स्थिति का सहारा पाकर अत्यधिक एवं अनवश्यक उत्तरदायित्व की भावना भी अमानक चिन्ता कभी सपिणी बन कर उसके मनोमन्दिर में बस कर उसके रक्त, मांस का भोजन किया करती है। चिन्ता-रूपी सपिणी का भोजन अनुष्य का रक्त ही है, जो इसको अपने जीवन में पालेगा उसे इसको अपना रक्त पिलाना ही होगा।

चिन्ताशील व्यक्ति बहुत कुछ कल्पनाशील ही होता है। किन्तु उसकी कल्पना का लक्ष्य सृजनात्मक नहीं होता अवांछक होता है। जिस प्रकार प्रसन्नवैराग्य व्यक्ति की कल्पनायें कला-कौशल, उन्नति, विकास आदि के मधुर स्वप्नों के विषय बनाया करती हैं, उसी प्रकार चिन्ताशील व्यक्ति की कल्पनायें नहीं। ऐसे व्यक्तियों की कल्पनायें ऐसे ही शार्प से चला करती हैं जिनके जीवन में आशङ्कयें, असंगत, अनिष्ट, निराशा, असफलता, भय एवं पीड़ा के गर्त में गहूर पड़ा करती हैं।

आजीविका जैसी सहज समस्या को ही ने लिया जाये और एक चिन्ताशील व्यक्ति की तुलना निश्चित प्रवृत्ति के व्यक्ति से की जाये तो एक महान् अन्तर सामने आयेगा। निश्चिन्त प्रवृत्ति का व्यक्ति सोचेगा—आज नहीं तो कल जीविका अवश्य प्राप्त होगी। आज नहीं परिश्रम करके रोटी कमा लेंगे, कल किसी अच्छे स्थान पर पहुँच जायेंगे। परिश्रम एवं पुरुषार्थ के बल पर मैं अवश्य ही अच्छे साधन का प्रबन्ध कर लूँगा। मैं जीवन रण में हारने अथवा पीछे हटने वाला नहीं हूँ। इसके विपरीत चिन्ताशील व्यक्ति सोचेगा—जब आज ही जीविका नहीं मिली तो कल कहाँ से आ जायेगी? मेरे पास जो कुछ है उसके खर्च होते ही भरने की शक्ति आ जायेगी, मेरे

मर जाने पर भोयी-बच्चों को कौन सहारा देगा ? कौन उनके दुःख-सुख को पूछेगा ? मैं बड़ा निकम्मा हूँ, हाथ मेरे कारण ही मेरे बाल-बच्चे दर-दर की ओकरें खाते फिरेंगे । मुझे कोई सहयोग क्यों देगा ? मैं ही किसी के क्या काम आया हूँ ? मेरा भाग्य बदरान है, मेरा समय बिपरीत है, मेरा जीवन व्यर्थ है, आदि न जाने कितनी प्रकार की निराशाजन्य अनिष्टों की कल्पना करता-करता चिन्ताशील व्यक्ति अपने जीवन को अधिष्ठाप बना लेता है और निकम्मा होकर उसी की प्यासा में जला करता है ।

एक छोटी-सी चिन्ता जब इतने अनिष्टों को जन्म दे सकती है तब उसे एक क्षण के लिये भी अपने पास रखना बुद्धिमान नहीं है । जो व्यक्ति चिन्ताओं को आश्रय देता है वह अपने जीवन में अंगार बिखेरने के सिवाय और कुछ नहीं करता । चिन्तित व्यक्ति स्वयं अपने लिये अपना शत्रु होता है ।

जिन्हें आत्म-कल्याण की कामना है, जीवन में उन्नति और विकास की आकांक्षा है, उन्हें निरर्थक चिन्ताओं से मुक्त रहकर पुष्ट्यार्थ कामना चाहिये । जिस प्रकार हाथ-पैर बंधा हुआ व्यक्ति एक छोटी-सी नदी को तीरकर पार नहीं कर सकता, वसी प्रकार चिन्ताग्रस्त आदमी छोटी से छोटी समस्या से भी निस्तार नहीं पा सकता ।

चिन्ताओं से मुक्ति का एक भाग्य उपाय है हर समय काम में लगा रहना । निठले व्यक्ति को ही चिन्ता खीची चिबाचिनी घेरती है । जो व्यक्ति कर्मरत है, प्रगतिशील है, चिन्ताओं उसे किसी प्रकार भी नहीं घेर सकती । चिन्ताओं का जन्म-स्थान एवं निवास-स्थान दोनों में ही मनुष्य का 'चित्त' होता है । यदि मनुष्य का चित्त किसी कार्य में व्यस्त रहे तो चिन्ताओं का जन्म ही न हो सके ।

वहुत से लोग उत्तरदायित्व की तीव्र भावना को ही चिन्ता मान लेते हैं । उनका सुहृद एवं सत्य निश्वास होता है कि चिन्ता उत्तरदायित्व के प्रति वह सजगता है, जिसके अन्तर्गत कोई अपने कर्तव्य को निभाने में तत्पर होता है । ठीक है उत्तरदायित्व का वहन करना हर मनुष्य का कर्तव्य

है, किन्तु इसे अपनी निरर्थक भावुकता जगत्वा चिन्ताहीन स्वभाव से मुक्त बना लेता कोई बुद्धिमान नहीं है। चिन्ता में सिपटा हुआ उत्तराध्यात्मिक कभी भी ठीक से नहीं पूरा किया जा सकता। मनुष्य का मन अस्तिष्क जितना ही भार-युक्त होगा वह उतनी ही कुशलता से अपने उत्तराध्यात्मिक का निर्वाह कर सकता है चिन्ताएँ छोड़िये और मुक्त मन एवं उत्तमचित्त होकर कर्तव्य का पालन कीजिए आप सफल भी होंगे और प्रसन्न भी।

आत्म-भ्रान्ति में मत खूबे रहिये

आत्मा-भ्रान्ति मनुष्य के भय की एक भावना इच्छि है जो जाने अनजाने भ्रमभय या भ्रमावधानों में किये गये पापों पर अत्यधिक परमात्माप करने से पैदा हो जाती है। जैसे किसी को दुष्कृत्य, पाप-कर्म पर मनुष्य को परमात्माप अवश्य होता है और उस सीमा तक वह आवश्यक भी है जब मनुष्य भविष्य में वैसा न करने का संकल्प करता है, पाप कर्मों से बचने के लिए मूल सुधार का हृदय प्रयत्न होता है। ऐसी स्थिति में परमात्माप मनुष्य का पाप से उद्धार भी कर देता है। लेकिन जब वह सीमा से अधिक बढ़ जाता है तब—आत्म-भ्रान्ति का रूप धारण कर लेता है। आत्म-भ्रान्ति की स्थिति में मनुष्य सुधार की ओर ज़रूर नहीं होता बल्कि अपने भाग्यो पापी, दुष्टाचारी मान बैठता है। इस हीन भावना से उसकी कार्यक्षमता, सृजन-शक्ति व्यर्थ ही नष्ट होने लगती है, हीन विचारों में डूबे रहने से कई शारीरिक और मानसिक व्याधियाँ उत्पन्न हो जाती हैं।

आत्म-भ्रान्ति पैदा हो जाने पर मनुष्य अपने आपको पापी, दुष्ट समझ कर सदा कषिता रहता है। वह सामाजिक जीवन में उतर कर कोई काम करने में एक प्रकार का यथ और घबराहट सी महसूस करता है। जो आत्म-भ्रान्ति के आधिपत्य से दना हुआ है चाहे वह कितना ही योग्य, अनुभवी, जानकार क्यों न हो, वह प्रगति के पथ पर जाने न बढ़ सकेगा क्योंकि जो आगे कदम रखने के पूर्व ही अपने आपको पापी मान बैठता है, दूसरों के आगे धार आँखें करने की जितनी हिम्मत नहीं है, संकोच, संझुके, भय जितने कुछ

करने नहीं देते ऐसा व्यक्ति किसी भी क्षेत्र में सफल हो सके यह सम्भव नहीं। अत्यधिक पश्चात्ताप अथवा आत्म-म्लानि के कारण हम कई बार बिना अपराध के भी अपने आपको अपराधी मान बैठते हैं। कभी भ्रमण में या किशोरावस्था में कोई भूल हो बैठे हो, बुरी कोई बातें पढ़ गई हो, बुरा काम बन पड़ा हो उसे जीवन भर रटते रहना, अपने को कोसते रहना, स्वयं को पुरा समझ बैठना, सबकुछ ऐसी भूल है। ऐसी स्थिति में रास्ते में, बाजार में चसते हुए भी मनुष्य यह अनुभव करने लगता है कि दूसरे लोग उसकी बुराइयों को देख रहे हैं और उसे बुरा समझ रहे हैं। इस भय के कारण वह बूतरी से नीची निगाह रखता है। कुछ बोलने से पूर्व हड़बड़ा जाता है।

कई बार हम घटनाओं, परिस्थितियों को अपने ही मापदण्ड से मापने का व्यर्थ प्रयत्न करते हैं। जब इसका परिणाम अपने मनोबुल नहीं निकलता तो इस पर पश्चात्ताप करते हैं और धीरे धीरे आत्म-म्लानि के शिकार बन जाते हैं। किन्तु वह तो असम्भव बात है कि जीवन की घटनाओं का हमारी राय के अनुसार ही परिणाम निकले। क्यों कि इनका सम्बन्ध केवल हमारी रुचि से ही तो नहीं होता बरन् बहुसंख्यी बातों से होता है और जब तक सब का जालमेल नहीं बैठता, तपस्या नहीं मिलती। अपना एक नक्षत्र एवं निश्चित कार्यक्रम बनाकर उसमें रहें, अनुकूलता पर गर्व भी न करें तो प्रतिकूल परिस्थितियों में पश्चात्ताप भी न करें। यही रास्ते का शाश्वत मार्ग है।

सज्जा, भय, सक्रोच को दूर करें, पुराने पापों को भूल जायें, मन आत्म-विश्वास साहस की भावनाओं को जगायें, आत्म-म्लानि से बचने के लिए। स्मरण रहे कि इससे मनुष्य की मौलिक-शक्तियों और क्षमताओं का बहुत प्रयादा ह्रास होता है वरन् सफल जीवन के लिए आत्मा-म्लानि से बचें।

